MAGAZINE



INTERACTIVE

Space toon™

مفاجأة

مجموعة الإنتر أكتيف في الأسواق

مجلة تعليمية

مجلة تسلية و ترفيه

CD تعليمي و ترفيهي ممتع
عربي إنكليزي

تعلم مع لبيب
الأغاني الجميلة
و الأحرف المسلية
و الأرقام الذكية .





Space Toon magazine
مجلة شباب المستقبل

تصدر عن شركة
شباب المستقبل للنشر

YOUNG FUTURE PUBLISHING

بترخيص من شركة سبيس تون
/S.T.001/

عنوان المجلة وإدارة التسويق
Damascus- Syria-Free Zoon P.O Box:10239
E-MAIL: info@youngfuturepublishing.com
Tel:+963112135285 Fax: +963112135287
Cyprus-C/D Aristides Yordamils Corner of Athinion & Anexartisias
NORA Court Office 303
Limassol- Cyprus CR – 62483

وكلاء التوزيع في الدول العربية

			سعر البيع للمستهلك
السعودية	الشركة السعودية للتوزيع	4419933	12.00 ريال سعودي
الإمارات	شركة الإمارات للطباعة والنشر والتوزيع	3916503	12.00 درهم إماراتي
قطر	دار الشرق للطباعة والنشر والتوزيع	4557810	12.00 ريال قطري
الكويت	شركة المجموعة الكويتية للنشر والتوزيع	2417808	1.00 دينار كويتي
البحرين	مؤسسة الهلال لتوزيع الصحف	17294000	1.200 دينار بحريني
الأردن	شركة أرامكس ميديا	5358855	2.250 دينار أردني
عمان	مؤسسة العطاء للتوزيع	24491399	1.200 ريال عماني
سورية	للاشتراك الإتصال على الرقم	093-272221	150 ليرة سورية
لبنان	شركة المتحدة لتوزيع الصحف والمطبوعات	277088	4800 ليرة لبنانية
المغرب	الشركة الشريفية للتوزيع (سوشبرس)	2400223	20.00 درهم مغربي
اليمن	الدار العربية للنشر والتوزيع	331797	450 ريال يمني
السودان	دار الريان للثقافة والنشر والتوزيع	466357	700 دينار سوداني
العراق	مجموعة المستقبل للإنتاج والخدمات الإعلامية	7178574	4750 دينار عراقي
مصر			10.00 جنيه مصري
تونس			4.200 دينار تونسي

رند وخالد والعجوز الشريرة





اهتدى خالد ورند إلى منزلٍ من البسكويت والشوكولا، وتعرّفا إلى العجوز الشريرة التي أرادت التهامهما. فهيّا تابع ما حصل.

حاول الشقيقان الهرب، غير أن النيران هبّت فجأة حول المنزل، وأمسكت العجوز الشريرة بالولدين، و وضعت خالد في سجنٍ حديديٍ وصارت تأتي له بالطعام كي يسمن وتأكله. وأمرت رند بأن تساعدها في أعمال المنزل إلى أن يسمن أخوها فتأكلهما معاً. وكانت كل يوم تتحسّس يد خالد لتتأكد من أنه يسمن، فكان خالد يمدّ لها عظمة بدلاً من يده كي لا تأكله ريثما يدبّر خطة الهرب مع أخته.



كان خالد يوفر من الطعام ليعطيه لأخته، وكانت رند تجمع له أدوات حديدية لتساعده على الهرب لكن العجوز اكتشفت الأمر يوماً وأمسكت برند وأرادت معاقبتها بأن تطبخها وتأكلها أولاً، وبينما كانت تعد القدر وتغلي الماء كان خالد يتابع محاولة نشر القضبان بعزم وتصميم.

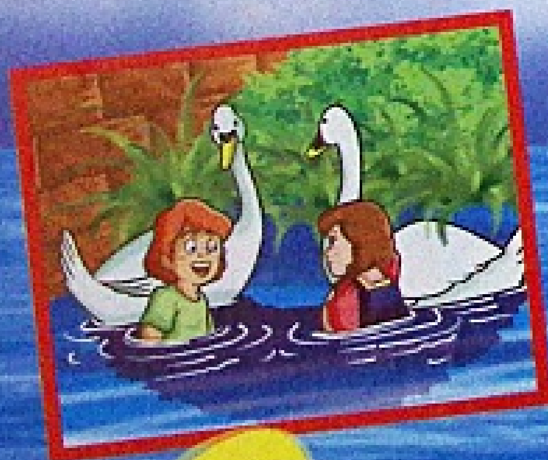




أمسكت العجوز الشريرة برند التي كانت تقاومها، وأخذت تجرُّها نحو القدر، وفجأة دخل خالد ودفع العجوز بكل قوته وأدخلها في خزان الحطب، فأغلقت رند الباب عليها فأخذت العجوز تتخبط وتضرب على الباب، فهوى القدر واشتعلت النيران في أرجاء المنزل، فهرب الأخوان بسرعة من المكان.



أخذ خالد ورند يتأملان النيران من الخارج وهما يسمعان صرخات العجوز الشريرة التي استحقت ذلك العقاب، واهتديا إلى النهر وسارا فيه، وبعد أن تعرضا لكثير من المخاطر أيقظهما البجعات البيض، فوجدا نفسيهما في بحيرة قريبة جداً من منزلهما.



ركض الشقيقان بأقصى سرعتهما ووصلا إلى البيت، وكم كانت فرحة الأب بعودتهما كبيرة فاحتضنهما وقبلهما وأخبرهما أنه يعلم أن زوجته الشريرة كانت وراء ما جرى، والله عاقبها في اليوم التالي لغيابهما وماتت بعد أن تعرضت لحادث في الحقل، وهكذا عاش الولدان مع أبيهما بسعادة وهناء.



تسالي

هل تستطيعين إعادة القطع المبعثرة
إلى أماكنها الصحيحة؟





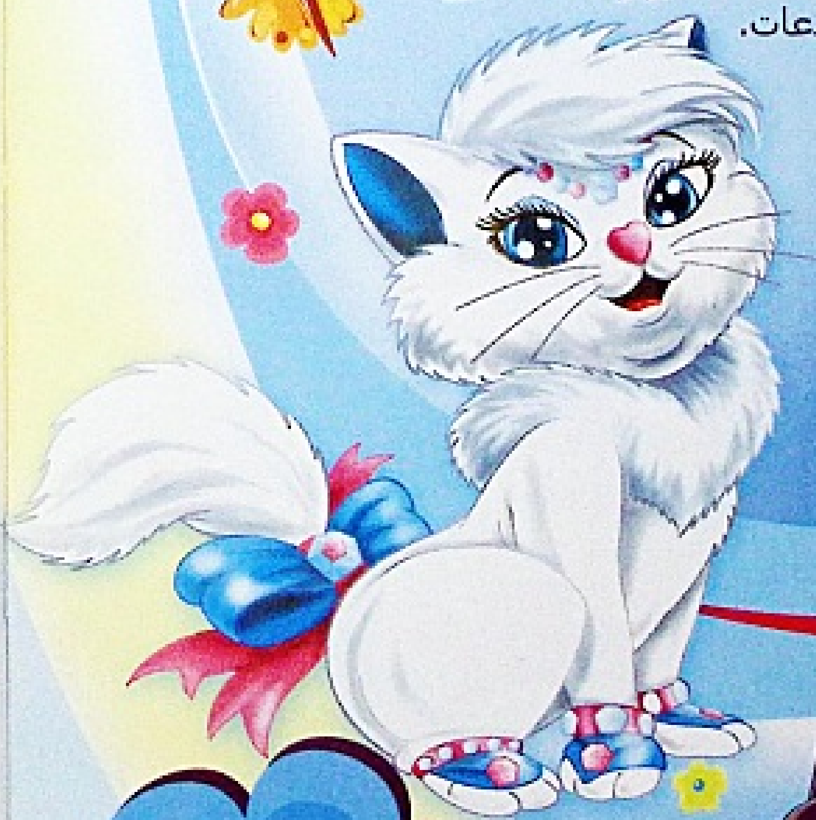
أخبار

آخر أخبارهن



منتدى المثقف العربي

عُقد منتدى المثقف العربي التاسع والثلاثين في مصر في ليلة زاهية وحشدٌ قارب الألف من المثقفين والدبلوماسيين والإعلاميين من معظم الدول العربية، حيث تمّ تكريم الأدب النسوي متمثلاً في مبدعات وناقدات للأدب من معظم أنحاء وطننا العربي، كما عُرضت أعمال المبدعات من دواوين شعر و روايات طويلة وقصص قصيرة وأعمال نقدية ومؤلفات ومشاركات في مؤتمرات أدبية، وقام راعي المنتدى بتسليم الدروع وشهادات التقدير وسط تصفيق الجمهور تحية للمبدعات.



أخبار حول العالم:

جهاز مصري ضد اختناقات المرور

ابتكر الباحثون المصريون نظاماً الكترونياً لمواجهة الاختناقات المرورية في المحاور والطرق المختلفة.. وهو عبارة عن لوحات إرشادية ضخمة تكشف لقائدي السيارات الموقف المروري للطريق وتوجهه إلى الطرق البديلة غير المزدحمة.. اللوحة مرتبطة بوحدة تحكّم مركزية وعدة كاميرات مثبّتة في أماكن مختلفة لنقل صورة واقعية للازدحام المروري وتحذير السائقين قبل الاقتراب منه.

عمود ثلجي

تمكن علماء أوروبيون من استخراج أطول عمود ثلجي يضرب في عمق الأرض، من إحدى مناطق الغطاء الثلجي في القارة القطبية الجنوبية.
وسيفيد هذا الكشف الذي يعتبر أقدم سجل تاريخي أمكن الحصول عليه حول تاريخ العصور الجليدية، في دراسة هذه العصور التي مرّت بها الأرض وفي توقع مناخ الأرض في العصور القادمة، وذلك من خلال دراسة الدورات والأنماط المناخية السابقة، ويصل طول العمود إلى ثلاثة آلاف متر وسمكه إلى عشرة سنتيمترات، ويقدّر عمر أقدم نقطة على العمود عند قاعه بحوالي 740 ألف عام.

أخبار طريفة:

الركض أمام الثيران

شارك آلاف من المغامرين بحياتهم في مهرجان الركض أمام الثيران الذي يقام سنوياً في شوارع مدينة بامبلونا الإسبانية، وهطلت الأمطار طوال الليل فجعلت الشوارع أكثر خطورة، ووقعت الإصابات الأولى بين المتسابقين الذين كانوا يرتدون ملابس بيض وحمر للفت أنظار واستثارة الثيران.
ويشمل مهرجان بامبلونا سباق الركض أمام الثيران في الصباح ومصارعتها في المساء على مدى أسبوع كامل.

أبقار في المطار:

حطّ قائد طائرة تابعة لشركة طيران فرنسيّة فوق قطيع من البقر كان قد وصل إلى المطار دون أن يدري أحد في جنوب نيجيريا.
وقالت الناطقة باسم شركة الطيران الفرنسية في نيجيريا إنّ الطائرة الآتية من باريس وعلى متنها 200 راكب، هبطت ليلاً على المدرج الوحيد في مطار هذه المدينة النفطية الكبيرة، وفوجئت بوجود قطيع ضخم من الأبقار، وبقي موظفو المطار يلاحقون الأبقار مدة طويلة إلى أن تمكنوا من جمعهم .

لذيذة لأنّي صنعتها

بسكويت... بسكويت

في المرة الماضية جهّزنا معاً عجينة ذات لونين لنحوّلها اليوم إلى أشكال مدهشة.

الأدوات الخارقة:
صينيّة للخبز مدهونة بالزبدة، سكّين، فرشاة، عيدان خشبية صغيرة.

المواد المطلوبة:
ثلاث ملاعق من الحليب، حبّات من اللوز المقشّر، العجينة التي صنعناها في العدد الماضي بلونيها.



هيّا نبدأ:

عيون البوم :
نفرد العجينتين بوساطة المرقاق الخشبي، وندهن سطح كل واحدة بالحليب.



نضع عجينة الشوكولا فوق العجينة الصفراء ونلفّهما.



نقطّع اللفافة إلى شرائح، ثم نلصق كل شريحتين معاً بمساعدة الحليب لتظهر بشكل عيني طائر البوم، بعد ذلك نضعها على صينية الخبز، ونضع في وسط كلٍّ منها حبة لوز لتظهر وكأنها منقار البوم.



النوافذ:
نشكّل من كلا العجينتين مستطيلاً، ثم نقسمهما من المنتصف بشكلٍ طولي لنحصل على أربعة مستطيلات.



نلصق المستطيلات الأربعة بعضها مع بعض وبالتناوب بوساطة الحليب كما في الصورة.



- نقطع المستطيل الكبير الملوّن الذي سيظهر معنا إلى مربعات صغيرة بمساعدة السكين، ونضعهم على الصينيّة بحذر.



أعشاش الطيور:

نفرد عجينة الشوكولا بوساطة المرقاق، أمّا العجينة الصفراء فنشكّلها بشكلٍ أسطواني ونضعها داخل العجينة الأولى ونلفّها بعد أن ندهنها بالحليب.

نقطّع الأسطوانة إلى دوائر، ونغرس في كلّ واحدة عوداً خشبياً.



نخبز البسكويت مدّة 15 إلى 20 دقيقة إلى أن يكتسب لوناً ذهبيّاً، وعند إخراجه من الفرن نضعه على شبك التبريد بحذر إلى أن يبرد.

يجب أن نضع قطع البسكويت في علبة محكمة الإغلاق بعد أن تبرد وهذا كي تبقى طازجة.





رشاقة

1

تمارين اليدين هامّة جداً، لذلك يجب أن تمارسيها يوميّاً ....

قفي بشكلٍ مستقيم مباعدةً بين قدميكِ مسافة قدمٍ واحدة رافعةً يديكِ إلى الأعلى .

2

اثني يدكِ اليمنى إلى الخلف
حتى تلامس ظهرك.

امسكي الكوع الأيمن بيدك اليسرى
واسحبيه بلطفٍ لجهة اليسار.
حافظي على رأسك مستقيماً مع ظهرك
وعدّي للعشرة.
أعيدي هذا التمرين مع اليد اليسرى.

3

نصائح لصحتكِ:

الشمس

عاملٌ فعّال في توليد فيتامين (D) عن طريق تفاعل الأشعة فوق البنفسجية مع المادة الدهنية الكامنة تحت الجلد، ويجب علينا أن نزوّد أجسامنا بهذا الفيتامين ...

1-عرّضي نفسك لأشعة الشمس في الصباح الباكر وقبل الغروب للاستفادة من فيتامين (D) أما فترة الظهر فتكون الأشعة ضارّة بالجلد.

2-افسحي المجال للشمس بالدخول إلى منزلك.

3- يجب تعريض أجسام الأطفال لأشعة الشمس لأنها تحميهم من الإصابة بالكساح وتليّن العظام.

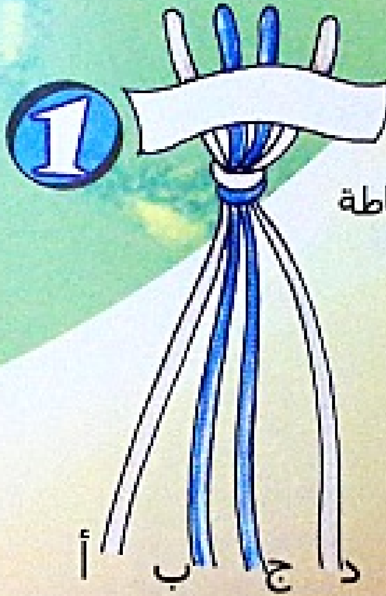
أساور وأفكار

ضفائر ملوّنة لتزيين الشعر

هذه الضفائر المصنوعة من الخرز جميلة وأنيقة، فيمكنك صنع عدّة ضفائر، و كل واحدة لها لون مختلف عن الأخرى ومن ثم تضعيها على شعرك بوساطة ملقط الشعر.

المواد المطلوبة :
خيطان ثخينان بطول 30سم ، خيطان ثخينان بطول 75سم و بلون مختلف، مجموعة من حبات الخرز، شريط لاصق .

ابدئي بالعمل :



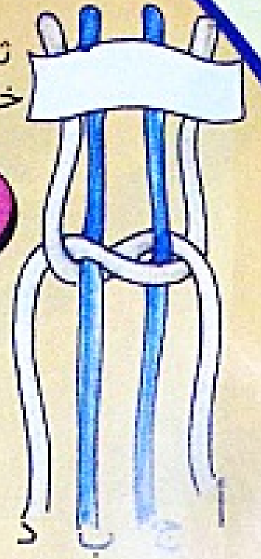
نثبت الخيوط الأربعة بوساطة اللاصق على مكان ثابت.



ثم ندخل الخيط (د) خلف الخيط (أ) كما في الرسم .

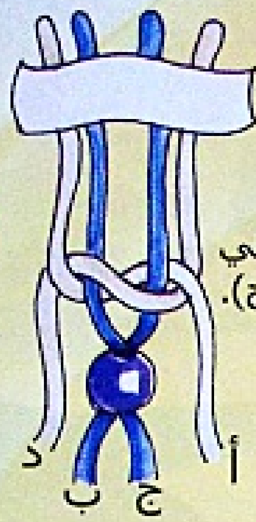
3

ثم ندخل الخيط (أ)
خلف (ب) و (ج) و فوق (د) .



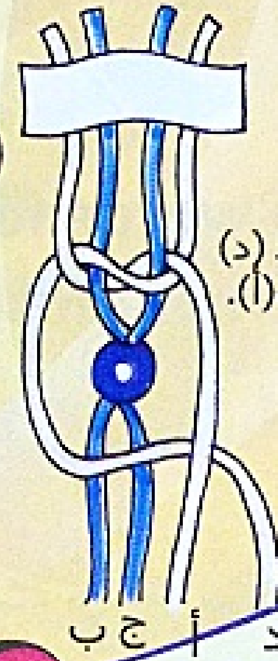
4

الآن ندخل خرزة في
الخيطين (ب) و (ج).



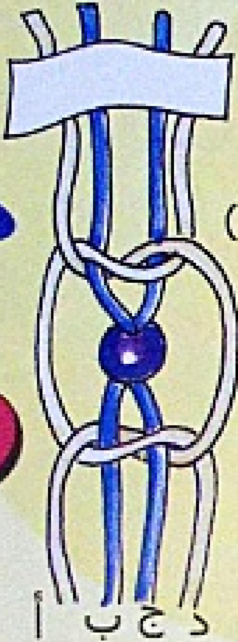
5

نمسك الخيط (د)
وندخله خلف(أ).



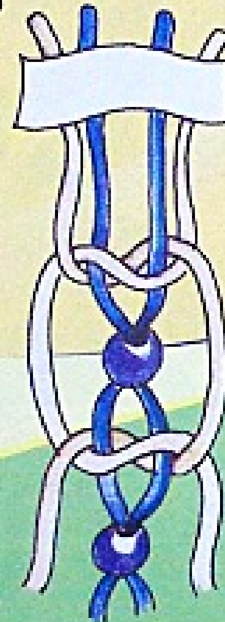
6

ثم ندخل الخيط(أ)
خلف (ج) و(ب)
و فوق (د).



7

الآن ندخل خرزة في الخيطين
(ب) و (ج).



نكرر هذه العملية إلى النهاية، ثم
نعقدها عدّة عقد ونضع ملقط الشعر
في نهايتها لنستطيع تثبيتها على
الشعر .



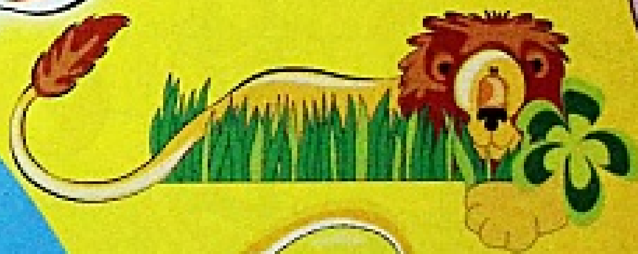
English

Some words for little kids,
the next letter is "L"

Lamp



Lion



Lemon



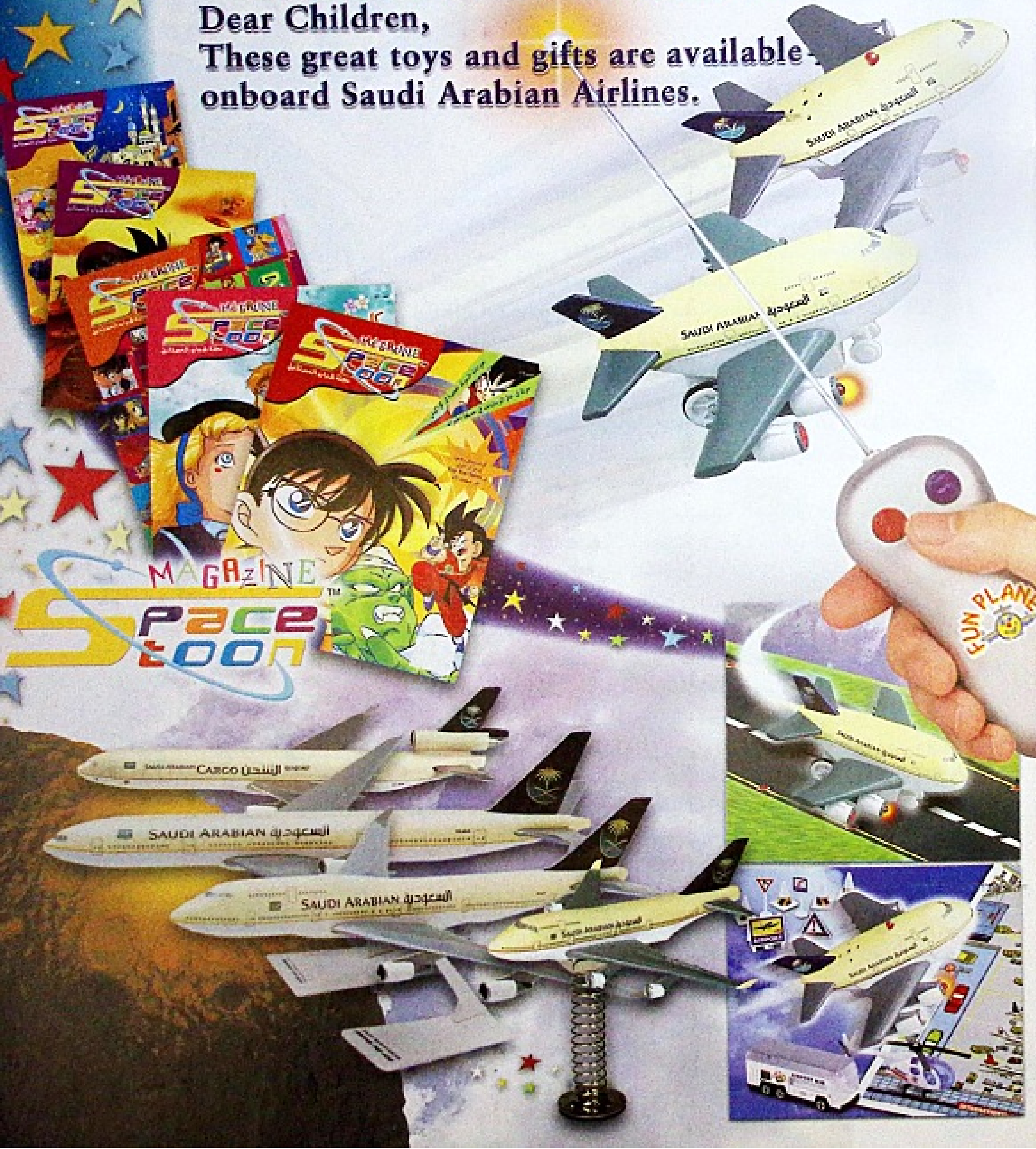
Lamb



أعزائي الصغار

يسر الخطوط الجوية العربية السعودية أن توفر لكم اختياراتكم من هدايا الأطفال على متن اسطولها

Dear Children,
These great toys and gifts are available onboard Saudi Arabian Airlines.



باقة الليالك

الحقيقة أفضل



مرّت ثلاث ساعات واصلتُ فيها الدراسة وكتابة الواجبات، وقبل إنهاء الوظيفة الأخيرة نفد حبر قلمي ولم أجد قلماً جيداً أنهي به وظائفي، فاستأذنت أمي للذهاب إلى المكتبة لشراء بعض الأغراض، وفي الطريق رأيتُ مجموعةً من صبية حيّنا متجمّعين بجانب محل لألعاب الكمبيوتر وقد لفّهم دخان السجائر الشاحب الكريه، ومما سبّب غضبي أنهم في مثل عمر أخي لؤي أي أنهم صغار في السن فكلنا يعرف مضار التدخين على الكبار فكيف يكون تأثيره على من هم في سن النمو.

يا لهم من صبية مستهترين بصحتهم وصحة من حولهم، من المؤكد بأن أهلهم لم يلحظوا تصرفاتهم الخرقاء هذه، الحمد لله لعدم وجود مدخنين في بيتنا.

وعندما هممت لأصل إلى الرصيف المقابل وإذ بي ألمح لؤي بينهم وقد أمسك سيجارة بيده، لقد أبكمني هذا المشهد وأجمدني في مكاني.

وعندما التفت لؤي ورآني رمى السيجارة اللعينة وجاء نحوي قائلاً: ماذا تفعلين هنا؟؟!!

ثم أمسك بيدي مبتعداً عن رفاقه الذين بدؤوا يضحكون ويتهامسون: لؤي خائف!! لؤي خائف من أخته!

نعم لقد بدا خائفاً فعلاً وحاول إخفاء هذا الشعور متخيّلاً نفسه وكأنه رجلٌ كبير واثق من تصرفاته، ثم قال لي وفي لهجته شيء من التهديد : إياك أن تخبري أبي وأمي فهمتِ، ثم خفّف من حدة كلامه وأضاف:

سأعطيك كلّ أقراص الكمبيوتر التي تريدين.

عندها فقط انفجرتُ كبركان وقلتُ له: كفاك....

بعد هذا الاستهتار وبدل أن تخجل تهدّدني، ومن ثم تريد رشوتي، اتركني سأعود إلى البيت.

عدت إلى البيت مسرعةً، فلاحظت أمي ارتباكي وسألتني :

- ما بك يا نورة؟! وأين الأقلام التي ذهبت لشرائها؟؟؟

كيف أبرر ارتباكي؟ هل أفشي لها سرّ أخي
وأسبب لها الحزن؟ أم أكذب أو أصمت؟؟
أعادت أمي السؤال: ماذا جرى ؟

قررتُ مصارحتها، فلا أحد يستطيع مساعدة أخي غير أمي وأبي هذه مسؤوليتهما، وإن لم أخبرها فسأكون كشيطان أخرس يرى الخطأ ويسكت، أجل صحة أخي أهم وأغلى من أيّ رشوةٍ، وتهديده لا يخيفني ولا يفيده بشيء، ففي النهاية سيعرف أن هدفي مصلحته، لا بدّ أن أقول الحقيقة لأنّ أمي ذكيّة جداً وستعرف كل شيء في النهايةِ .

صحوتُ من هذا الصراع على صوت أمي التي نفد صبرها وأقلقها سكوتي.

- ردّي علي !! ما بكِ ؟

أخذتُ نفساً عميقاً واستجمعت قواي وقلت :أمي ...

شاهدتُ لؤي يدخّن مع رفاقه أمام محل الكمبيوتر، ويجب أن تعرفي بذلك.

مسكينة أمي لقد صعقها هذا الخبر المزعج، مما جعلها تجلس وتصمت ثم سألتني: متأكدة أنه لؤي.

- نعم يا أمي متأكدة، لقد تردّدتُ هل أخبرك أم لا.

أحسنت أنك أخبرتني بالأمر، فهذا يتطلّب منّا إيجاد حلّ لهذه المشكلة الخطيرة.

- هل أساعدك بشيء يا أمي ؟

- طبعاً يجب على كل الناس محاربة هذه الظاهرة وتوضيح مخاطر التدخين كل أيام السنة وليس في المناسبات فقط، فهذه المشكلة تبدأ بسيطة ثم تستشري، علينا أن نتسلّح بالوعي والإرادة، وعلى وسائل الإعلام أخذ دورها في هذه المعركة ومحاربة إعلانات التدخين المؤذية.

- ولكن يوجد الكثير من المدخنين يا أمي.

- المهم أن يبدأ الإنسان من نفسه ويقلع عن هذه العادة بالوسيلة المناسبة له.

- وهناك الكثير من المدمنين الذين يريدون أن يقلعوا عن التدخين وهم أقدر الناس على شرح مخاطر ونتائج التدخين وكيف يبدأ الإنسان بهذه العادة ببساطة شديدة وكيف تتمكن منه بسبب السموم التي تسبب الإدمان، إنهم في حاجة لدعم المحيطين بهم.

- لقد بدأت أمي تهدأ وترتّب أفكارها لتجد حلّاً لمشكلة لؤي، هذا جيد.

- رن جرس الباب!! لقد وصل البطل!! كيف ستستقبله أمي يا ترى؟

نورة الأمورة



الأمومة عند الحيوان

الأرنب



تربّي بعض الأُسر الأرانب بوصفها حيوانات منزليّة أليفة، كما تقوم بعض المتاجر ببيعها. الأرنب حيوان مكسوٌّ بالفراء، له أذنان طويلتان وذيل قصير مغطى بالزغب. والأرانب لا تمشي أو تجري مثل باقي الحيوانات بل تقفز، ويستطيع الأرنب القفز بسرعة تصل إلى 30 كم في الساعة إذا طارده عدو.

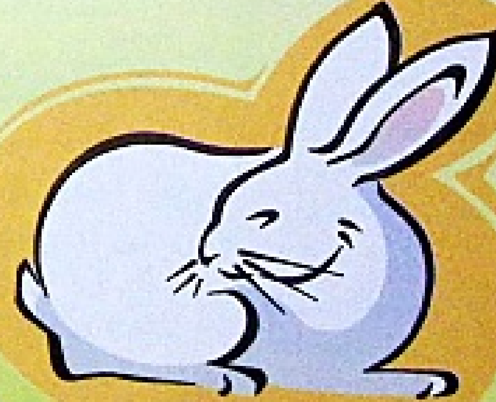
بيوتٌ دافئة:

تقوم الأرانب بعمل مساكنها في الحقول والمروج بحيث يمكنها إخفاء صغارها تحت شجيرات كثيفة الأغصان أو بين الأعشاب الطويلة.

عادةً ما تلد أنثى الأرنب أربعة أو خمسة صغار في المرّة الواحدة، وبعضها يلد عدّة مرات في السنة.

وتولد الأرانب الصغيرة في جحر صغير يقع إلى جانب الجحر الرئيسي يسمى العقبة. وتقوم الأنثى هنا بإعداد مهد من الصوف تقتلعه من صدرها، وبعد ذلك تغطي مدخل الجحر بالتراب والعشب لكي لا تهتدي إليها الحيوانات الضارية.

تغذية في الداخل والخارج:



تقوم الأم بإرضاع صغارها لفترة قصيرة يومياً مستخدمةً في ذلك لبنها الغني بالبروتينات والدهون.

وبعد فترة الإرضاع يحين موعد التغذّي على العشب فوق الأرض، وعادةً ما تصحب الأم صغارها إلى المروج الخضر ويصحبهم ذكر معيّن لحمايتهم من الأعداء.



سأحميكم بكلّ جوارحي:

للأرانب عينان على جانبي الرأس، وهذا يمكّنها من رؤية الأشياء الواقعة حولها بوضوح، ومراقبة إذا ما كان هناك أعداء.

ويستطيع الأرنب تحريك أذنيه الطويلتين معاً لسماع الأصوات مهما كانت ضعيفة أو قادمة من اتجاهات مختلفة.

وتعتمد الأرانب أيضا على حاسّة الشمّ القويّة التي تنذرها بدنوّ الخطر إذ تقوم بتحريك أنوفها في كل الأوقات تقريباً.

وفي النهاية وإن كان هناك عدوّ ما يقترب من صغار الأرنب تسرع الأم وتلتقط صغارها وتهرب بهم إلى أقرب مكان آمن.

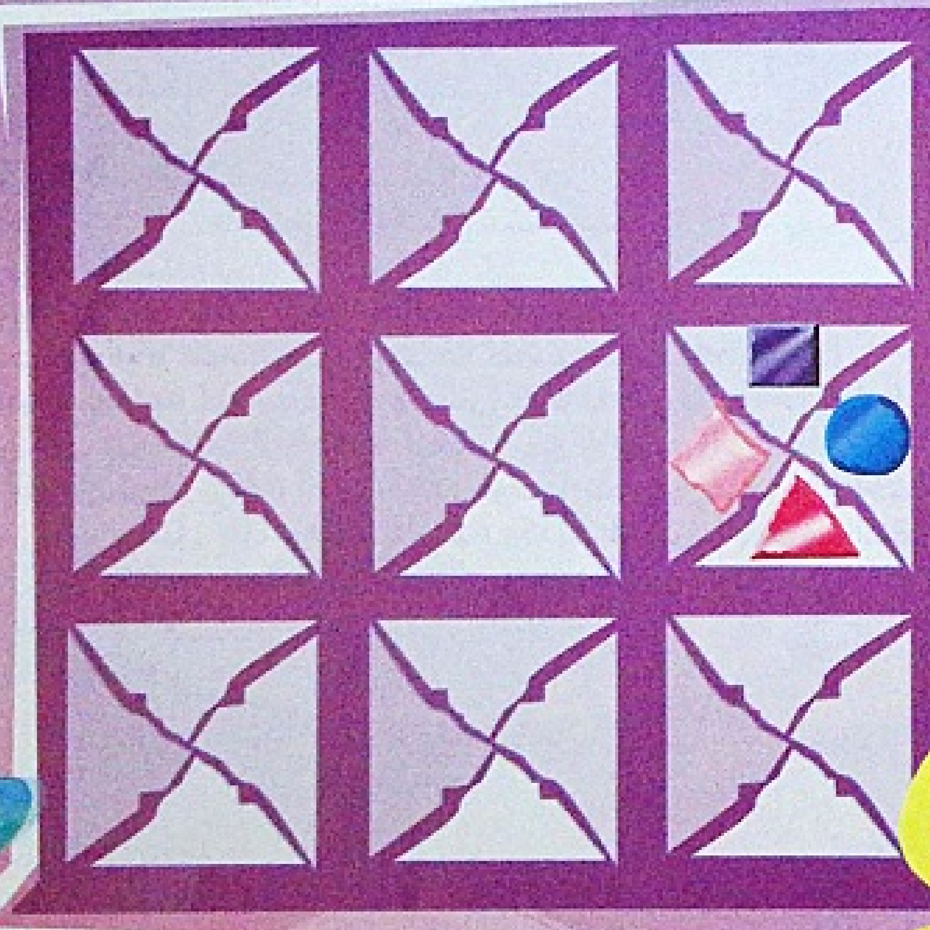


تسالي

ما رأيك أن نشطب الحروف المكررة كي
تحصل على اسم نوع من أنواع الزهور؟

		ت	ح	د	ز	ض	ش		
	ث	ا	ص	ت	ح	ز	ص	ث	
ز	ث	ش	ض	ل	د	ت	ش	د	ص
د	ت	ح	ص	ش	ض	ث	ب	ض	ز
ق	ن	ض	ط	ع	ق	ز	ص	ط	ت
ك	ت	ث	ز	ك	ف	ق	ث	ح	ض
	ش	ح	ص	ش	ك	ص	ت	ز	د
	ع	ت	س	د	ع	ح	ش	ت	ط
		د	ت	ز	ص	ط	ج	ز	
			ح	د	ت	ح	ث		

ضعي مربعات الأشكال في مكانها المناسب في الأسفل، حيث تكون الأشكال المتشابهة متلاصقة، و لمساعدتك و ضعنا المربع رقم (1) في مكانه الصحيح.



قصةُ بنت أم جبة



من الجميل أن نحبّ إخوتنا، ومن الجميل أيضاً أن نكون أكبرهم نرشدهم ونكون بمثابة القدوة لهم، والأكثر جمالاً أن نقدّم لهم النصيحة ونشعر بالسرور عندما يقلّدون سلوكنا الصالح والصحيح، ولكن أين المشكلة ؟؟؟
تكمن المشكلة عندما نتذمّر إذا قلّدونا في ما نفعل ونتكلّم ونلبس.
لذلك أردتُ أن أقصّ عليكم هذه القصة التي بدأت مع أختي الصغيرة عندما كانت تقلّدني في كلّ شيء من دون استثناء، لدرجة أنني كدتُ أصاب بالجنون.
من الممكن أنّ قصتي لا تسبّب مشكلة في حدّ ذاتها، ولكنها كانت في وقتٍ من الأوقات ليست مشكلة فقط بل كارثة بالنسبة لي.
لكنني والحمد لله استطعت التغلّب عليها وتجاوزها.
كان ذلك في أول أيام عيد الفطر، فبعد أن أمضينا شهر رمضان الكريم بالصوم والعبادة وطاعة الله سبحانه وتعالى بدأنا نحضّر ونتهيّأ لاستقبال العيد ونحن في غاية الفرح والغبطة لنقضيه مع الأقارب والأصدقاء.
فذهبت إلى السوق برفقة أمي وأختي وبدأنا نتجوّل، حتى وقع اختياري على ثوب جميل جداً وحذاء يناسبه وكذلك اشترينا لأختي الصغيرة من المتجر نفسه ملابس العيد وعدنا إلى البيت.

ولكن ما أفسد عليّ فرحتي ما فعلته أختي الصغيرة صباح العيد، فبعد أن استيقظنا وهنّأنا والدينا بقدوم العيد فوجئتُ بأختي ترتدي ملابسي الجديدة وتتجوّل في أرجاء البيت، لا أخفي عليكم فقد جن جنوني وفقدتُ صوابي وبدأتُ بضربها إلى أن أتت أمي على صوت صراخها.

عندها ضحكت أمي وكأنّ شيئاً لم يكن، هذا ما زاد غضبي فأرادت أن تظهر لي بأن الذي حدث شيء طبيعي جداً، وبدأت بإقناعي بأن الصغار يحاولون تقليد من أكبر منهم منذ الصغر ليس لمجرد التقليد فقط وإنما إحساس الطفل بأنه صغير هذا ما يدفعه لتقليد الكبار ظناً منه أنّ ذلك يجعله كبيراً، ولكنني في البداية لم أقتنع واعترضتُ حديثها بسؤالي لماذا لا تقلّدكما أنت وأبي ؟

فأجابتني أمي: بما أنك الأقرب إلى عمر أختك فمن الطبيعي أن تقوم بتقليدك بكلّ شيء حتى في الملابس، فأنت عندما كنت في عمرها كنت ترتدين أحذيتي ذات الكعب العالي.

عندها ضحكتُ من كلّ قلبي وتفهّمتُ شعور أختي الصغيرة وبأنها لا تقصد إزعاجي، بل بدأتُ أهتمُّ بها أكثر وأعمل كلّ ما بوسعي لكي تقوم بتقليدي بالعمل الصالح والسلوك الصحيح.

كم كنتُ حمقاء !! فأنا أحبُّ أختي الصغيرة جداً وأعي بأنها طفلة تحبُّ أن تشبه الآخرين بكل ما يفعلونه.





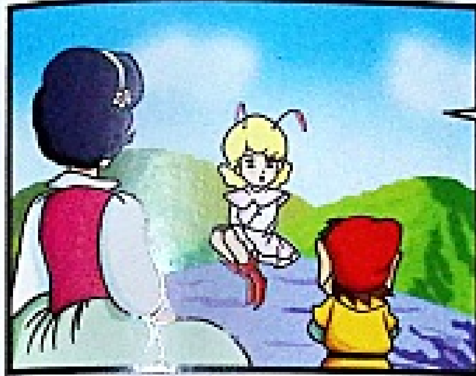




فلة و الأقزام

تتعرّف فلة وقزوم على طفلة صغيرة تدعى سمر، وهي سترافقهما في رحلتهما.





نحن نقوم برحلة ويسعدني أن أهديك بالوناً في يومٍ ما.

كم أحب أن أسافرَ معكما، أنت لطيفٌ جداً يا قزوم.

أنتِ تخجلينني.

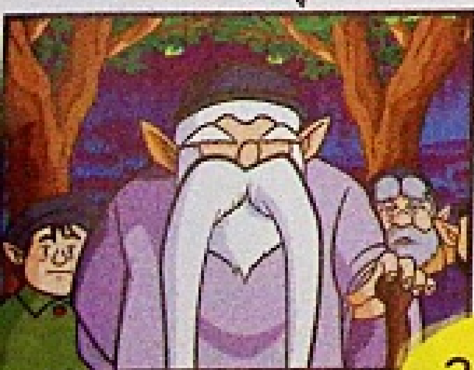



إنها فكرة جيدة يا قزوم فهي في ستساعدنا رحلتنا.


لقد وافق، أبي أنا سعيدة جداً...

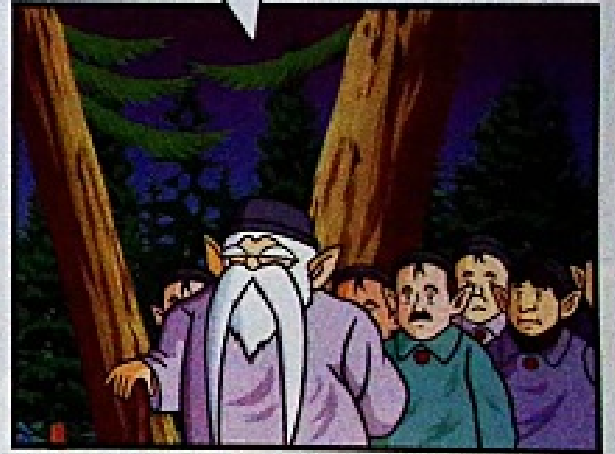

ما الذي يجري هنا؟
إنَّ الظلام يلفُّ هذا المكان مع أننا في النهار.!


ما الذي يجري عندكم يا عم؟
لماذا هذه العتمة؟


إننا يا بني في منطقة من الكرة الأرضية تكون مظلمةً لأيام طويلة.


المشكلة ان الزروع والورود تذبل وهي تحتاج إلى الشمس.


آه حقاً إنها ذابلة وهذا أمرٌ محزن، لو تستطيع فعل شيء


إنه وطننا وقد اعتدنا عليه، لكنّ اليأس بدأ يتسلّل إلى قلوب ساكنيها.


كل ما يمكننا فعله هو الانتظار، هيّا تابع طريقك.


هناك شخصٌ يغرق.
سأنزل وأستطلع الأمر.


إنها مجرّد خشبة.











صباح الخير إنه صباحٌ جميل، لنتابع الرحلة.









آه ما أجمل العودة إليكم يا أعزائي.

تابعوا معنا الأحداث في العدد القادم.

خبات اللؤلؤ

عائشة الباعونية

نادرةٌ من نوادر الدهر، وأديبةٌ من أدباء العصر، وواسطة عقد الدرّ، في رصف المباني ونظم الشعر، ولدت في دمشق في منتصف القرن التاسع الهجري.

حبّها للعلم:

اقتطفت عائشة الباعونية أزاهير العلم، وورود المعرفة وهي في عُمر الزهر، وقد أنعم عليها الله تعالى نعما كثيرة أعلاها حفظ القرآن الكريم، ومنذ نعومة أظفارها شُغفت بالعلم شغفاً عجيباً، وداومت عليه، وقد لاحظ والدها حبّها للعلم منذ صغرها فأخذ يعتني بها، حيث حفظت القرآن الكريم في ربيعها الثامن، ثم راحت تنهل من المعارف العامّة من علماء عصرها.

العالمة الأديبة :

لم تتفوّق ضيفتنا في مجال علوم القرآن الكريم والفقه والحديث الشريف فحسب ولكنها أبدعت في اجتناء ثمرات الأدب، فغدت إحدى الشاعرات اللواتي سجّلن أجمل الأشعار وأحلى الصفحات النثرية، وآثارها تشهد بما آتاها الله تعالى من نباهة وفصاحة وبلاغة وجودة نظم، خصوصاً في مجال المدائح النبوية، ولها أشعار في الحنين إلى دمشق عندما سافرت إلى مصر، ولها قصائد متنوعة تتحدث فيها عن الإنسان الصالح والتي تبقى سيرته العبقة وأعماله الخيّرة منتشرة بين الناس حتى بعد موته، حيث تقول في إحدى القصائد :

المرءُ بعد الموتِ أحدوثةٌ   يفنى وتبقى منه آثارهُ
وأحسنُ الحالات حالُ امرئٍ   تطيبُ بعد الموتِ أخبارُه

أمّا من مؤلفاتها النثرية كتاب (الفتحُ الحقّي من مِنح التلقّي) ولها أيضاً كتاب (دُرر الغائص في بحر المعجزات والخصائص) .
امتدت الحياة بعائشة الباعونية إلى سنة 922هـ حيث توفيت في دمشق بعد أن زيّنت صفحات التاريخ بقلائد من جُمان الفضل والعلم والأدب .

صنارة تصنع العجائب

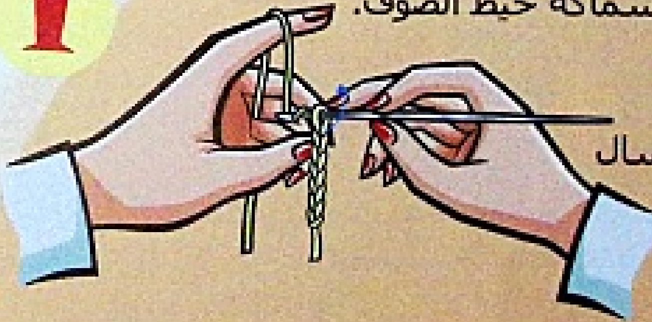


غرزة المكنوزة

غرزة المكنوزة من غرز الكروشيه البسيطة جداً جداً والأساسية في عالم الكروشيه .. وبإتقانها يمكنك أن تقومي بحياكة قطع رائعة وتحف مميّزة، ولتعلّمها اتبعي التعليمات التالية..

المطلوب:

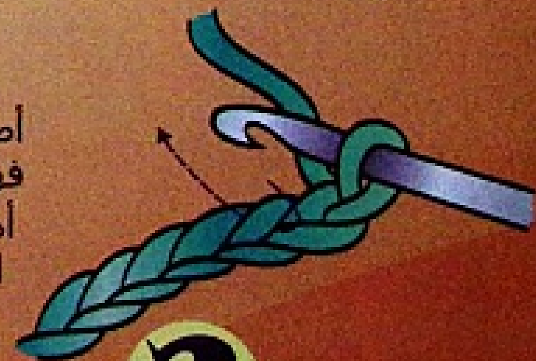
1. خيط صوف.
2. صنارة واحدة تناسب سماكة خيط الصوف.



خطوات العمل

1. قومي بحياكة 10غرز من غرزة السلسال والرسم (1) يوضّح لك طريقة تطبيقها بشكلٍ موجز.

أضيفي غرزة سلسال أخرى بعد الغرز العشر فهي ستكون بمثابة ارتفاع لغرزة المكنوزة. أدخلي الطرف المعقوف للصنارة داخل حلقة السلسال السابقة للغرزة التي أضفتها كما يوضح السهم الموجود في الرسم (2).





لفّي الخيط على الصنارة وقومي بسحبه إلى خارج حلقة السلسال كما يشير السهم الموجود في الرسم (3).



اسحبي الخيط بوساطة الرأس المعقوف داخل الحلقتين اللتين حصلت عليهما على الصنارة انظري الرسم (4) واتبعي اتجاه السهم.



الرسم (5) يوضح لك شكل الغرزة بعد انتهائك من حياكتها.

الرسم (6) يبيّن الرموز التي تشير إلى غرزة المكنوزة في المجلات العالمية المختصة بفن الصنارة.





بإتقانك غرزة المكنوزة ستفتحين البوابة الأولى لعالم الكروشيه والذي لا يتطلب تعلمه إلا القليل من الصبر والمثابرة.

أزياء خالدة

زيّ تركي 2

في المرّة الماضية شاهدنا سويّاً حلقة من برنامجي المفضّل الذي يتحدّث عن تراث الأزياء، وكانت الحلقة عن الزيّ التركي، ولكن للأسف انتهى وقت البرنامج ولم تكمل الباحثة حديثها عن الحلي والمجوهرات وبعض الأشياء المتعلقة بالمرأة التركية ..... فما رأيكن أن نتابع حلقة اليوم سويّاً أيضاً.

في البداية تحدّثت الباحثة عن مهارة صناعة الحلي التي تمتّعت بها تركيا في العصور الإسلامية ومن ثم تحدثت عن أنواع الحلي التركية: تزيّنت المرأة التركية بأجمل أنواع الحلي والمجوهرات فزيّنت أذنيها بأجمل أشكال الأقراط ومعصميها بأروع الأساور، ولبست القلائد والخواتم، واستخدمت الأقراص الذهبية والمرصعة بالماس وزينت شعرها بأرياش ذهبية، وكانت المرأة التركية تحفظ هذه المقتنيات في صندوق أطلق عليه اسم (شكمجية) وهو مصنوع من الخشب المزيّن بزخارف نباتيّة غاية في الدقة والجمال، أمّا المرآة فقد كانت من المقتنيات التي حرصت المرأة التركية على استخدامها وقد زُخرفت ورُصّعت بالأحجار الكريمة، وحرصت أيضاً على استخدام العطور التي وُضعت في زجاجات خاصّة لها رقبة طويلة ومرصّعة بالأحجار الكريمة الملوّنة.

- سألتها المذيعة: ما هي أنواع الأحذية التي لبسها الرجال والنساء في تركيا ؟

- أجابت: لبسوا (الخفّ) وهو نوع من النعال، يُصنع من الجلد الأحمر والأصفر وإما أن يكون مزخرفاً بالألوان أو فقط بالأبيض والأسود، ولبست النساء أنواع مختلفة من الأحذية مثل (القبقاب) وهو مصنوع من الخشب وغالباً ما يكون مزخرفاً ومرصعاً بأصداف اللؤلؤ والفضة، و(المراكيب) أيضا أحذية تُصنع من الجلد الأحمر وهي مدبّبة من الأمام ومقدّمتها مرتفعة إلى الأعلى، أمّا الرجل فقد كان يرتدي حذاءً آخر داخلي تحت الحذاء الخارجي ويكون من الجلد الرقيق الأصفر.

- حقاً ..... إنها معلومات قيّمة تبيّن لنا مدى اهتمام المرأة بأناقتها مهما اختلف زمانها ومكانها.



قياسي

جاء فصل الربيع وخرجت الفراشات الملونة لتمرح بين الأزهار.
هل تستطيعين اكتشاف الفراشتين الوحيدتين المتشابهتين.



ساعديني كي أصل الى القصر.



منوعات ثقافية

جزيرة الكنز



خمسة عشر رجلاً ماتوا من أجلِ صندوق ....
هكذا كان يغني ذلكَ القبطان العجوز (فلند) قبل أن يُقتل على أيدي بعض القراصنة في مقهىً صغير في المدينة القديمة، الذي كان يملكه الفتى الصغير جيم وأمه. وعندما فتّش جيم حقيبة هذا البحّار غريب الأطوار وجد فيها خريطةً تشير إلى موقع جزيرة كان القبطان قد دفن فيها كنزاً كبيراً..... عرض جيم الصغير هذه الخريطة على عمدة المدينة الذي جهّز بدوره سفينة واتجه نحو هذه الجزيرة برفقة جيم الصغير وبعض وجهاء المدينة إلا أنّ طاقم السفينة الذي اختاره العمدة كان من القراصنة المتخفّين كبحّارة يطلبون العمل، وكان زعيمهم سيلفر ذو الرجل الواحدة يعمل طبّاخاً، وقد أحبّه جيم كثيراً وتعلم منه الكثير، ولكن ما إن تصل السفينة إلى الجزيرة حتى ينقلب البحارة (القراصنة) على العمدة ورفاقه ولكن لا يستطيع أيٌّ من الفريقين الوصول إلى الكنز بشكلٍ منفصل، فالعمدة ورفاقه تنقصهم الخبرة في قراءة الخارطة، والقراصنة تنقصهم الخارطة وحكمة وجهاء المدينة.

تجري أحداث كثيرة في هذه الجزيرة، ويعلم جيم أنّ الأغنية التي كان يغنيها ذلك القبطان فلند كانت تحكي قصة القراصنة الذين أقاموا الحروب للوصول إلى الكنز.

في النهاية يجد فريق العمدة الكنز بمساعدة سيلفر زعيم القراصنة بعد أن يموت أغلب القراصنة بالطاعون ويُلقى القبض على الباقين.

وفي طريق العودة يهرب سيلفر مع جزء من الكنز من إحدى المرافئ التي تتوقف فيها السفينة للتبضع، ثم يصل العمدة وفريقه إلى المدينة مع بقيّة الكنز حاملين معهم أيضاً ذكرى المغامرة.

إنها رائعة المؤلف العبقري روبرت لويس ستيفون الذي ولد في أدنبرة عام 1850 ودرس القانون، كما كان شاعراً وأديباً شهيراً ترك مهنة القانون وتفرّغ للأدب وكتب رائعته هذه عام 1881م....

إنه من الموهوبين القلائل الذين لم يعد أدب المغامرات بعدهم كما كان.

شمس قمر نجوم

الشمس

من بين مليارات النجوم التي تسبح في الفضاء الواسع سخّر الله سبحانه وتعالى لنا الشمس لتكون هي النجم الوحيد الذي يمدّنا بالطاقة والحرارة والضوء.

كيف كانت البداية؟

يظنّ العلماء أنه منذ 4,6 بليون سنة نشأت شمسنا من سحابة دوّاميّة من الغازات، بالقرب من إحدى نهايات مجرّتنا (درب التبانة)، وتتركّب الشمس من طبقات عديدة، وغاز الهيدروجين يكوّن حوالي ثلاثة أرباع الشمس، أما غاز الهيليوم فيكوّن الربع الأخير.

هل تؤثر الشمس في الأرض؟

رغم أنّ ما يصل إلى الأرض من الإشعاع الشمسي هو نسبة ضئيلة جداً فإنّ الشمس تؤثر في جميع مظاهر الحياة على الأرض، ومجموع ما يسقط من طاقة شمسيّة على الأرض في الثانية يعادل الطاقة الناتجة عن احتراق 7ملايين طن من الفحم في الثانية، والطاقة الشمسيّة هي القوّة المولّدة المؤثرة في الطقس والهواء والماء والكائنات الحيّة، ولولاها لانعدمت الحياة على كوكبنا، فهي لا تعطينا الضوء والحرارة فقط بل أيضاً تمدّنا بالطاقة من خلال الجلد، والطعام الذي نأكله.

رحلة طويلة :

يستغرق ضوء الشمس أكثر من ثماني دقائق ليصل إلينا، حيث يقطع مسافة قدرها 150مليون كم، كما يستغرق إحدى عشرة ساعة ليصل إلى أبعد كوكب في مجموعتنا الشمسية وهو (بلوتو).

حقائق مدهشة

إنّ سنتمتراً مربعاً واحداً من سطح الشمس يرسل طاقة ضوئية تعادل 332500 شمعة.

الفرن الشمسي

تُقدّر حرارة الشمس في نواتها بخمسة عشر مليون درجة سيليسيوس .



أطباق زمردة الطائرة

اسمي: طبق الخضر المشويّة.

مدة تحضيري: ساعة ونصف.

الكميّة تكفي لـ: ستّة أشخاص.

أنا طبقٌ غنيٌّ بالخضر، والكلّ يعلم كم هي مفيدة، لأنها تزوّد الإنسان بالفيتامينات الرئيسية والموادِ المعدنية والألياف، إضافة إلى عدم احتوائها على الكولسترول وقلّة سعراتها الحرارية.

أحتاج إلى:

بصلتين، حبّتين من الكوسا، جزرتين، حبّتين من الفليفلة الحمراء، حبّتين من الفليفلة الصفراء، حبّة باذنجان كبيرة، ملعقة صغيرة من الزعتر البرّي، فصّي ثوم، ملعقة من معجون الطماطم، 400غ من الطماطم المقطعة والمغليّة، أربع ملاعق من زيت الزيتون، تسع رقاقات من اللزانيا، ملح، فلفل.

الصلصة:

500مل من الحليب الساخن، 60غ من الزبدة، 30غ من الطحين، 125غ من الجبن، ملح، فلفل.

طريقة تحضيري:

أوقدي الفرن بدرجة 220، ثم قطّعي الخضر (البصل إلى جوانح، والجزر، والكوسا، والفليفلة، والباذنجان).





ضعي الخضر في وعاء للطهي وأضيفي إليها الزيت والزعتر البري والثوم المهروس، واخلطي الجميع بعضهم مع بعض ثم ارفعيهم على النار لمدة 35 دقيقة مع التحريك من وقت لآخر.



ضعي في وعاء الطهي
نوعي الطماطم الموجودة
في المقادير والملح والفلفل،
وارفعيه على النار مع التحريك
مدّة عشر دقائق، ثم اسكبي المزيج
فوق الخضر.



لتحضير الصلصة ضعي الزبدة في وعاء الطهي
وارفعيه على النار وبعد نصف دقيقة أضيفي إليها
الطحين مع التحريك المستمر، وبعد دقيقة أضيفي
الحليب واتركيه على النار إلى أن يثخن قوامه، ثم
أضيفي نصف كميّة الجبن، والملح والفلفل واستمرّي
في التحريك.



اخفضي درجة حرارة الفرن إلى °190، ثم ضعي
ثلث كميّة الخضر في وعاء بلوري وفوقها ثلاث
رقاقات من اللزانيا ثم الثلث الثاني من الخضر
وصبّي فوقها نصف كمية الصلصة ثم ثلاث
رقاقات من اللزانيا والنصف الأخير من
الصلصة وفوقهم الجبن.

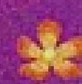






أدخليني إلى الفرن لمدة
35 دقيقة أو إلى أن يصبح
لوني ذهبياً.





زخرمشة

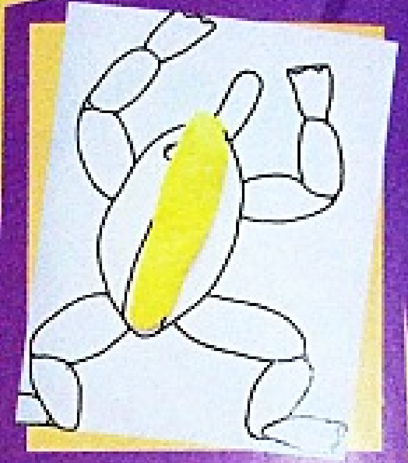
استيقظ الضفدع في الصباح وبدأ يبحث عن وجبته الشهيّة، حتى وجد ذبابة صغيرة، فظلّ تحركاتها إلى أن أطلق لسانه اللزج والتهمها....

المواد المطلوبة:
ورق مقوّى، ورق شفّاف ملوّن، قطن، غراء، قلم رصاص، قلم حبر أسود.

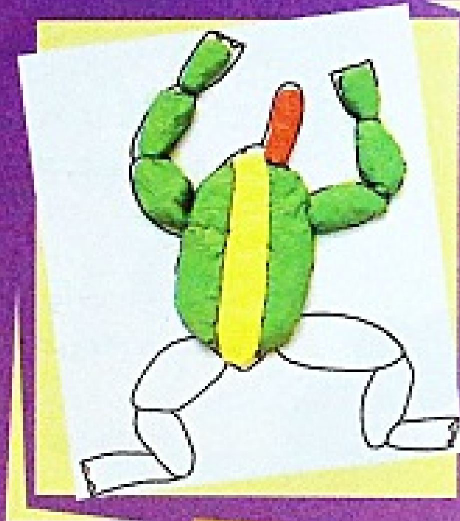


طريقة العمل:

نرسم على الورق المقوّى صورة ضفدع، ثم نقطع القطن إلى قطع تساوي من حيث الطول والعرض أجزاء الضفدع.



نغلّف القطن بالورق الشفاف الملوّن ونلصقه بالغراء على جسم الضفدع.



نغلّف قطن اليدين والرجلين وطرفي الجسم باللون الأخضر والوسط بالأصفر، أما اللسان فباللون الأحمر.



جاء دور العينين، نغمس قطعتين من القطن في الغراء ونجعلهما على شكل كرتين ثم نلصقهما مكان العينين، ولصنع البؤبؤ نعيد الطريقة نفسها ولكن بحجم أصغر ونلوّنهما بالأسود ونلصقهما فوقّ

الذبابة :
قصّي أربعة أشكال بيضوية من الورق الشفاف وألصقيها على قطعة من القطن الملوّن باللون الأسود.

ما رأيكِ أن تبدعي أشكالاً متنوعة بالطريقة نفسها، إليكِ بعض الأفكار: (ببغاء، مجموعة من الزهور الملوّنة، فراشة كبيرة زاهية الألوان ......) .

العبي مع جودي

هيّا نقفز

ما رأيكنّ يا صديقاتي أن نلعب اليوم لعبةً بسيطةً وممتعة، لا تحتاج سوى إلى حبلٍ بطول مترين، وأسطوانتين بلاستيكيتين طول كل واحدة 12سم.

1- أدخلي كلّ أسطوانة في أحد طرفي الحبل.

2- اعقدي الحبل قبل وبعد كل أسطوانة.

الآن هيّا نبدأ باللعب، فهذه اللعبة يمكن أن يلعبها شخصٌ واحدٌ أو اثنان أو ثلاثة وحتى أربعة، وإن كان العدد أكثر من ذلك تُلعب بطريقة مختلفة بعض الشيء.

- أخبرينا المزيد يا جودي.

- إذا أراد أن يلعبها شخصٌ واحد فهناك ثلاث طرق:

الأولى: أن يمسك بطرفي الحبل ثم يمرّره بسرعة من تحت قدميه ومن فوق رأسه بشكلٍ دائري، بحيث يكون هو مركز الدائرة، أمّا طريقة القفز فتكون برفع إحدى الرجلين قبل الثانية.

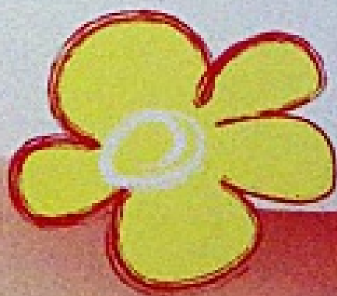
الثانية: تشبه الأولى ولكن بدل أن نقفز نمشي مشياً، أي يتغيّر مكاننا، وهذه الطريقة تحتاج إلى مكانٍ واسع لحرّية الحركة.

الثالثة: وهي مثل الطريقتين السابقتين غير أنها تختلف عنهما بطريقة القفز، فالقفز هنا يكون بالرجلين معاً.

- وكيف يلعبها اثنان؟

- الأول يقفز على الحبل والثاني ينتظره حتى يخطئ ينتقل الدور إليه، أمّا إذا أراد أن يلعبها ثلاثة لاعبين فيمسك الأول بأحد طرفي الحبل والثاني بالطرف الآخر ويدوّرانه حول الثالث الذي يقفز فوقه، ويمكن أن يلعبها أربعة أشخاص بالطريقة ذاتها، أما إذا كان عددهم أكثر من ذلك فتُلعب بطريقة الأسماء.







- ما هي طريقة الأسماء يا جودي؟
- يُطلق كل لاعب على نفسه اسماً أو رقماً معيّناً، ويبدأ لاعبٌ واحدٌ القفز بالحبل، وعند انتهاء كل دورة كاملة من الحبل يذكر اسماً من أسماء أصدقائه التي سموا بها أنفسهم وإذا تعثّر بالحبل عند اسم معيّن ينتهي دوره ويصبح الدور لصاحب هذا الاسم.
- إنها لعبةٌ رائعة يا جودي وبسيطة، هيّا نبدأ باللعب.

آلة وأنامل

ما هي الفواصل الموسيقيّة؟

الفاصلة الموسيقية :
هي الفرق في حدّة الصوت بين نغمتين، وهي إمّا أن تُعزف تباعاً أو معاً، وتكون الفواصل الموسيقيّة صاعدة أو هابطة، وتوصف بالبسيطة بدءاً من الفاصلة الثنائيّة و انتهاءً بالفاصلة الثمانيّة إذا كانت ضمن سلّم واحد.

مثال على الفواصل البسيطة الصاعدة، وهي على الترتيب التالي :

1. ثنائيّة بسيطة صاعدة.
2. ثلاثيّة صاعدة.
3. رباعيّة صاعدة.
4. خماسيّة صاعدة.
5. سداسيّة صاعدة.
6. سباعيّة صاعدة.
7. ثمانيّة صاعدة.

الديالوج :

تأليفٌ غنائيٌ عربي، وهو كالمونولوج إلا أنه محاورة بين شخصين، وهو إمّا أن يكون شعراً منظوماً أو زجلاً، ويُراعى في تلحينه تمثيل الحالة التي يرمي إليها، ويُصاغ وزنه غالباً على مقياس الوحدة البسيطة.

قيثارة سومر:

مضى على صنعها نحو 4500 سنة، ولقد اكتُشفت في مدينة (أور) الكلدانية القديمة في العراق، وتُعتبر من أهم آثار هذه المدينة، وهي مصنوعة على شكل ثور، وتُعلق عليها صفائح من الفضة.

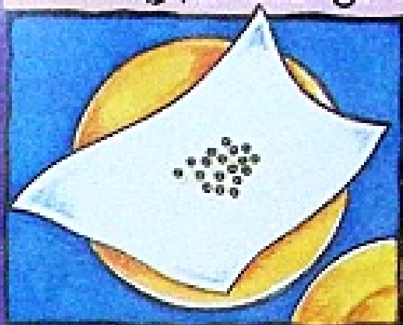
لقد أُعيد بناؤها ثم شُدّت أوتارها التي تبلغ أحد عشر وتراً على إطار.



المزرعة الصغيرة

أعمال بسيطة

تحتاج النباتات مثل الكائنات الحية إلى الغذاء لكي تحيا، والنباتات هذه تحصل على غذائها من خلال عملية التركيب الضوئي، ولعلّ أهم ما تحتاجه النباتات في هذه العملية هو الضوء الكافي، ولذلك نجد النباتات تتجه غالباً نحو الشمس للحصول على أكبر قدرٍ ممكن من الضوء وهذا ما ستعرفينه من خلال التجربة التالية.



تحتاجين إلى:

طبقين صغيرين، مناشف ورقيّة، بذور الجرجير، ورق مقوّى أسود اللون، شريط لاصق، مقص.

لا حياة من دون وجود الضوء:

هذه التجربة البسيطة ستريكِ أهميّة الضوء للنباتات السليمة.

1- ضعي المناشف الورقيّة على الطبقين، ثم رشّيهما بقليلٍ من الماء، وضعي طبقة من بذور الجرجير عليهما.

2- ضعي أحد الطبقين على حافة نافذة يصل إليها ضوء الشمس.

3- استعملي الورق الأسود والشريط اللاصق لصنع غطاء للطبق الثاني على شكل أسطوانة، ثم اصنعي شقّاً باتجاه الضوء بشكلٍ يصل الضوء فيه إلى البذور.

بعد أربعة أيام تفحّصي بذورك، ستجدين أنّ بذور الطبق الأول قد نمت، وأصبحت قوية، أما بذور الطبق الثاني فستجدينها نحيلة وضعيفة لأنها تحاول الحصول على الضوء الذي تحتاجه لكي تنمو.







ألعاب من العشب

أنتِ في حاجةٍ إلى كثيرٍ من الضوء كي ينمو شعر دميتك.

تحتاجين إلى:

جورب، تربة ناعمة، بذور أعشاب، أصيص، مقص.

1- ضعي كميّة من بذور الأعشاب داخل الجورب، ثم املئي ما تبقى من الجورب بتربة ناعمة جداً.

2- اعقدي نهاية الجورب، ثم ضعي له أنفاً وشارباً وعينين.

3- ضعي دمية العشب لمدة ساعتين في الماء.

4- ثم ضعيها في مكان مضيء حتى يبدأ العشب بالظهور.

5- عندما يصبح الشعر العشبي طويلاً استعملي مقصّاً لابتكار تسريحة الشعر المفضلة لديكِ.

هل تعلمين؟

أنّ أطول نوع من العشب في العالم هو عشب الفيل، وموطن هذا العشب في نيبال، وسمي بهذا الاسم لأن باستطاعة فيل بالغ أن يختبئ خلفه بسهولة.



طبيب بالماء

(وجعلنا من الماء كلّ شيءٍ حيّ)
صدق الله العظيم



إنه الماء .....
هذا العطاء الإلهي الثمين الذي لا يستطيع مخلوق أن يستغني عنه، فهو الوسط البيئي للمخلوقات المائية، وهو المحيط الأول للإنسان عندما يكون جنيناً، ومن ثم يلعب دوراً أساسياً في طعامه وشرابه وحتى في بخار الماء الموجود في الهواء الذي نستنشقه، ومن المعلوم أنّ الإنسان يستطيع أن يصوم عن الطعام عدّة أيام إلا أنه لا يستطيع تحمّل العطش كثيراً.

وللجسم آليّة معقّدة تنظّم حاجتنا للماء، لكننا لا نستطيع اعتباره من الأغذية لأنه لا يحتوي على حريرات أي أنه لا يحترق، إلا أنه ضروري لعمل خلايا الجسم كلها لأن 100% تقريباً من جسمنا هو عبارة عن ماء، ومثلما ينظّف الماء جسمنا من الخارج فهو ينظفه من الداخل أيضاً عن طريق حل المواد الضارّة والأملاح الزائدة فيه وطرحها من الخلايا بوساطة العرق والبول.

لذلك علينا تعويض كميّة الماء التي يفقدها جسمنا بشرب من 6 إلى 8 أكواب منه يومياً، حيث تزداد حاجتنا إلى الماء في فصل الصيف بسبب ارتفاع درجة الحرارة وزيادة عملية التعرّق.

إنّ إهمال شرب الماء يضرّ بعمل الكلى وجهاز الهضم مما يسبب الإمساك (عسر عملية الهضم) ومن الممكن أن يؤدي إلى الجفاف وكسل في عمل الأعصاب وعملية التفكير.

ملاحظة هامة:
المنبّهات (الشاي والقهوة والكولا) تفقد أجسامنا الماء ولا يمكننا اعتبارها بديلاً عن الماء، فالماء له صفات معيّنة أولها خلوّه من الجراثيم والطفيليّات والمواد الكيماوية السامة، ولكن ليس معنى ذلك أن يكون الماء مقطراً أو مغلياً لأنه يصبح عسير الهضم عندما يفقد الشوارد الملحية والغازات المنحلّة فيه المفيدة للمبادلات الفيزيولوجية، فمن شروط الماء العذب مروره عبر طبقات الأرض المختلفة التي تكسبه شيئاً من خواصها، وخير أنواع المياه هي تلك التي تنبع من الأراضي الرملية؛ لأنّ الرمال تعتبر مصفاة حقيقية للمياه من دون أن تجرّدها من أملاحها المفيدة، وهناك أنواع أخرى للمياه كالمياه الكبريتيّة التي تستخدم لعلاج بعض الأمراض إلا أنها لا تصلح للشرب بسبب طعمها وإعطائها تصبّغات غير مرغوب فيها للأسنان.

متى نشرب الماء؟؟؟
- يجب أن يسبق تناول الماء موعد الطعام بساعة على الأقل أو بعد الطعام بساعتين كي تكون المعدة قد أنهت عملها وأصبح دخول الماء إلى المعدة لا يسيء لتركيز عصارتها الهضمية، أمّا أثناء الطعام فيجب أن تكون الكمية قليلة جداً بحيث لا تتجاوز النصف كأس.
- أما أفضل وقت لتناول كأس من الماء فهو عند الاستيقاظ صباحاً عندما تكون المعدة خالية فتمتصّه جدرانها ويجول في الدم غاسلاً الكليتين في أقل من ساعة، مخلّصاً الجسم من السموم والرمال والشوائب.

والآن هل عرفتم قيمة الماء؟
لسوء الحظ أن الماء الصالح للشرب والاستعمال المنزلي ليس متوفراً في كلّ بقاع الدنيا لذا لجأت بعض الدول لرصد أموال طائلة للإصلاح وتأمين هذه المادّة الهامّة للناس التي لا نعرف قيمتها إلا عند فقدانها.
لذا علينا أن نحافظ على هذه النعمة الأساسيّة في حياتنا ونتجنّب الإسراف والهدر، وأن نساهم في جعل بيئتنا نظيفة ومتوازنة وجميلة.

مصنع الفنون

فنُّ المقالة

ما هي المقالة؟

قطعةٌ نثريةٌ متوسطة الطول يعالج فيها كاتبها موضوعاً من موضوعات العلم أو الأدب أو الاجتماع أو السياسة من وجهة نظره، ولها عناصر تتكوّن منها، وأنواع تتشعّب إليها، فهي ليست حشداً من المعلومات كلّ هدفها نقل المعرفة، بل لا بدَّ إلى جانب ذلك أن تكون شائقة وممتعة، تشدُّ القارئ دون أن تشعره بالملل.

وما العناصر التي تكوّنها؟

للمقالة ثلاثة عناصر هي : المادة، الأسلوب، الخطّة.
فنحن إذا أردنا أن نكتب مقالة يجب أن تتوافر لدينا هذه العناصر الثلاثة.....

1- المادة: قبل البدء بكتابة مقالةٍ ما يجب أن نحصل على مجموعة من الحقائق والمعلومات عن الموضوع الذي ستحكي عنه مقالتنا، وهذه المجموعة تُسمى (المادة) ويُشترط فيها أن تكون صحيحة بعيدة عن الغلط والتناقض، وأن تكون جديدة وغزيرة كي تغني عقل القارئ وتوسّع آفاقه بالطريف النافع.



2- الأسلوب: وهي طريقة التعبير التي نختارها في صوغ عباراتنا وعرض أفكارنا وترتيبها بشكل واضح متسلسل، ومنطقي مقنع يريح القارئ، ولا بدّ أن يتّصف أسلوب المقالة بالسهولة والوضوح والبعد عن التكلّف.

الخطّة: وهي الخطوات التي سنتّبعها في أثناء كتابتنا للمقالة:

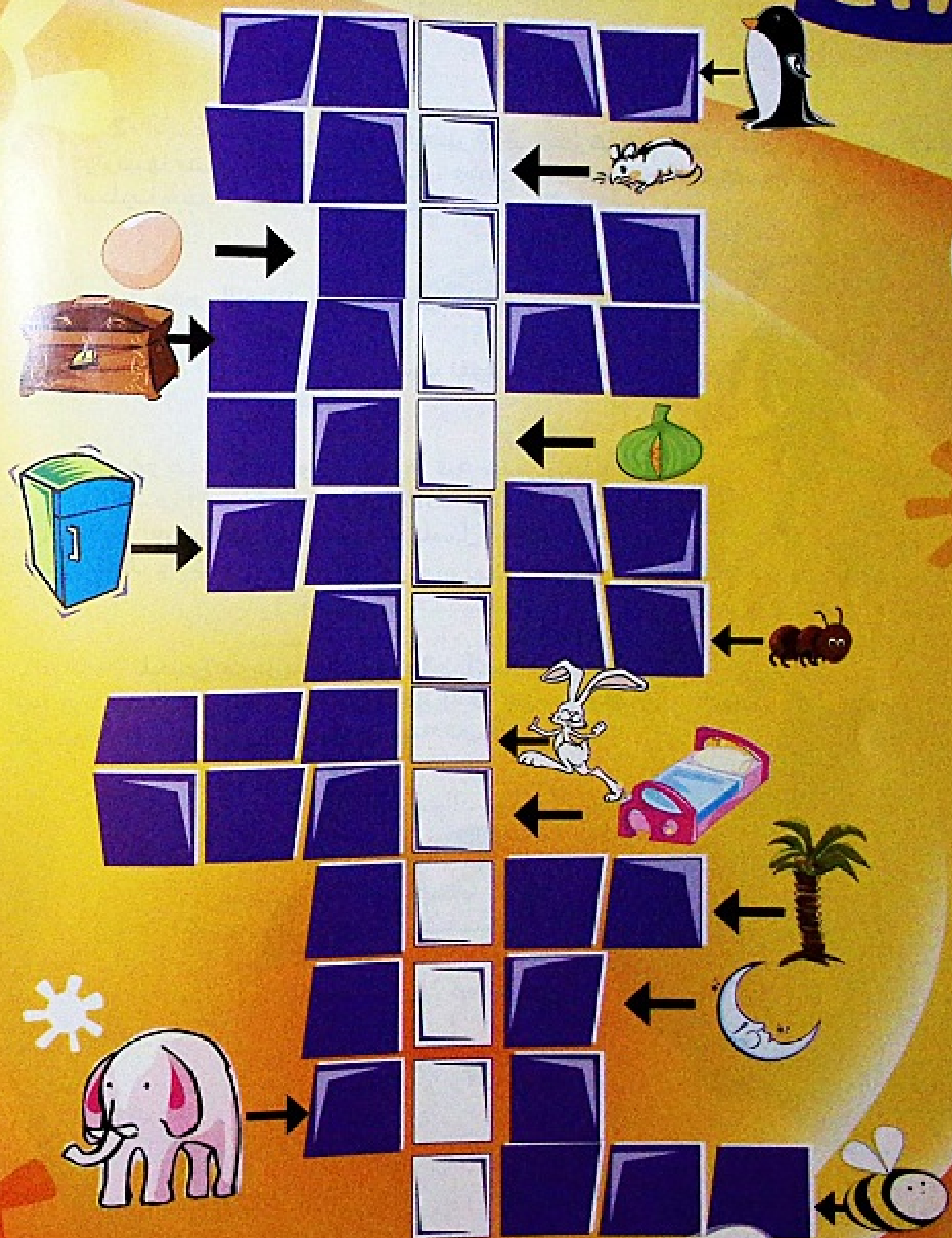
- المقدمة: المدخل إلى الموضوع حيث تقوم بتهيئة القارئ، وينبغي أن تكون موجزة ومحكمة.

- العرض: وهو صلب الموضوع وجوهره، فيه نقدّم آراءنا وأفكارنا عن المادة التي اخترناها إلى جانب الأدلّة والأمثلة والشواهد، ومن صفات العرض الناجح حُسن التسلسل، براعة الترتيب، لطف الانتقال والإفضاء إلى الخاتمة.

- الخاتمة: تلخيص موجز بارع لما جاء في العرض، وتأكيد لما ورد في أثنائه من آراء ومواقف، فلا تأتي الخاتمة بجديد لأنّ وظيفتها التذكير بما سبق وتثبيته في ذهن القارئ.

تسالي

هيا نضع أسماء الصور حسب أرقامها في المربعات ابتداءً من الأسهم ليظهر اسم الصحابية الملقبة بالممرضة الأولى داخل المربعات المضيئة.



Baby Amore™





NEW BOY®

مواهب

هند فتاة مزعجة جداً للجميع، ولا أحد يحبّ مقالبها، ومن هذه المقالب التي تعلمت منها درساً، أخذت كتاب صديقتها أسماء دون أن تعلم، فلما بحثت المعلمة عن حل الجواب لم تجد أسماء الكتاب في حقيبتها، فقالت للمعلمة: بأنها أحضرته إلى المدرسة والآن لم تجده، لم تصدقها المعلمة بل وبختها هي والبنات اللاتي لم يحلنّ الواجب، بكت أسماء بكاءً شديداً، وكانت هند تضحك وتخبر البنات اللاتي لم يحضرن الموقف من خارج الفصل عن أسماء، وفي آخر الدوام المدرسي أخبرت هند أسماء بأن الكتاب معها، فذهبت أسماء عند المعلمة وقالت لها بأن هند أخذت الكتاب من حقيبتها، فلما أتت هند عند المعلمة أنكرت ذلك، ذهبت أسماء إلى البيت وعيناها محمرتان من البكاء، فسألتها والدتها ما بالك؟ فأخبرتها القصة، فقالت الأم: هند فتاة شقيّة أعرف أمها كانت صديقتي ولكن افترقنا.
الجزاء من جنس العمل يا بنيتي، وفي اليوم التالي ذهبت أسماء إلى المدرسة وهند تنظر إليها نظرةً شامتة استفزازية، فكرت أسماء بما قالته أمها: الجزاء من جنس العمل أخذت أسماء كتاب هند وأخفته، فلما بحثت المعلمة عن حل الواجب لم تجد هند كتابها، فنظرت إلى أسماء وقالت: يا معلمة أسماء هي التي أخذت كتابي لأني أخذت كتابها .
المعلمة أتعترفين بأنك التي أخذت كتاب أسماء هيا اعتذري لها.
هند: أسماء أنا آسفة، أسماء: لا عليك نحن صديقتان والصديقة التي تحب صديقتها تعفو عنها إذا أخطأت فقالت المعلمة صفقوا لهند وأسماء.

شهد إبراهيم بكر برناوي
السعودية
12سنة

أفكار وأذكار مع إفكار

لا شك وأن الله
راضٍ عنا ضيفتكم صغيرة
وأنها طفلة، فالأطفال
أحباب الله... لكم
لا تصيري شاذوا شيئا على
ذكره تعالى في كل وقت
وموقف.



















جميلة البهيج

صديقات المجلة



مرح زياد محمد
9سنوات
الإمارات



سهاد الناصر
13سنة
السعودية



جودي سليمان
5سنوات
سورية



سمر خفاجي
10سنوات
السعودية



سنا العتقي
5سنوات
سورية



جمولة أسماء
9سنوات
المغرب



سارة سكر
3سنوات
سورية



دعاء عماش
10سنوات
السعودية



فاطمة السلام
7سنوات
عجمان



فاطمة فرج
10سنوات
عمان



سارة الجسمي
7سنوات
الإمارات



فاطمة الحبار
8سنوات
السعودية

قوس قزح



الهنوف قاسم
11سنة
أبو عريش



رباب علي
11سنة
عُمان



فاطمة صالح
5سنوات
العراق



داليا زياد طارق
12سنة



هيلانا حميد
9سنوات
أبو ظبي



نور يوسف
7سنوات
البحرين



آمنة عبده
11سنة
السعودية



عبير مرهون
12سنة



انتصار السعري
13سنة
سلطنة عُمان



بدور مطلق
15سنة
الكويت

مسابقات



- - كم عدد النساء اللاتي بايعن الرسول (ص) البيعة الثانية؟
- من مخترع التلفاز؟
- ما اسم البحر الذي يفصل بين قارّتين ويقع بين بحرين؟
- ما اسم الخليفة الذي كان يحجّ عاماً ويغزو عاماً؟
- ما هو أصغر كوكب في مجموعتنا الشمسية ؟

مجموعة
الصلاة
Prayer
Set



4 Pieces
4 قطع

fulla®

أين شستر؟

شستر تائه في مدينة الألعاب... هل تستطيعين أن تجديه في الرسم أدناه؟

اجمعي الملصقات من أكياس شيتوس وأكملي الخريطة لتعرفي أين شستر

وتفوزي بجيم بوي أحدث موديل

لمزيد من المعلومات اتصلي على: ٨٠٠-١٢٤-٥٥٩٠





